Klemens Tilmann

M A L A Š K O L A

M O L I T V E

Z a d a r

1 9 6 1.

Naslov originalaa
Klemens Tilmann
Kleine Schule des Gebetes für
junge Christen

Izdao Nadbiskupski ordinarijat u Zadru. Zeleni trg 1 Umnoženo ciklostilom zadarskih bogoslova, Zadar, Trg 27. III 1941. br. 2

Čovjek je stvoren da slavi Boga i njegovu ljubav, da s Bogom povjerljivo govori i s njime živi.

Ova Mala škola molitve želi Ti u tome pomoći. Poukom i vježbom želi Te naučiti živjeti s Bogom, misliti, osjećati, govoriti i općiti sa svojim najvišim Gospodarom i najboljim Ocem.

To je divni život s Bogom koji Te jedini može usrećiti. Ne plaši se zato napora ove škole i vježbe.

Molitvom ćeš se naučiti moliti...

Molitva je najviše što čovjek može činiti. Čim više čovjek Boga spoznaje, tim više mu Bog pobudjuje želju da s njim govori, opći i s njime zajedno živi.

Da bi uvijek što bolje shvaćao sreću molitve, nauči nešto od učitolja molitve. Najveći od svih jest Isus Krist. Sve njegove misli i želje bile su uvijek s Bogom sjedinjene.

I

JUTARNJA MOLITVA

Jutarnjom molitvom počinje kršćanin svoj dan. Time hoće nanovo stupiti u službu Božju i sjediniti se s Bogom za cijeli dan. Tko izjutra ne moli kao da je skrenuo

s pravog puta za taj dan. Svoga srca nije sjedinio s Bogom.

1. Ujutro možemo moliti na tri načina:

a) slobodno, tj. svojim riječima,
b) napamet,
c) iz molitvenika.

Sva tri načina su lijepa.

a) Tko slobodno, dakle svojim riječima moli, taj govori Bogu kao svojemu dragom Ocu i Gospodinu, i kazuje mu što ima na srcu. Tko ujutro svojim riječima moli, taj će najprije pozdraviti Boga i reći mu: "Evo me, Gospodine, tu sam". Zatim će Bogu reći da će mu čitavog dana služiti i sve činiti na Njegovu slavu. Najzad će Ga moliti da ga vodi ci-

jeli dan, da mu pokaže svoju volju i da mu dade snage da je izvrši.

1. vježba: Moli slijedeće sedmice svakog jutra svojim riječima.

2. vježba: Napiši jutarnju molitvu koju si sam sastavio prema uputama pod a).

b) Tko moli n a p a m o t, upotrebljava molitvu koju znade od riječi do riječi. Npr. Očenaš. Pri tome se moramo vooma čuvati da ne izgovaramo riječi samo mehanički, nego dá se potrudimo svaku rečenicu zaista shvatiti prema njezinom značenju. Mi moramo Boga osloviti i sa svim srcem izgovarati molitvu.

3. vježba: Zapiši početke jutarnjih molitava koje poznaš.

4. vježba: Nauči koju jutarnju molitvu napamet, ako još nijedne ne znaš.

5. vježba: Zapiši koje još molitve pristaju za početak dana

c) Tko jutarnju molitvu rado mijenja, može uzeti uzeti molitvenik. Nemojmo moliti samo svojim riječima jer će inače naša molitva postati siromašna. Važnije je da svoje srce veselo i srdačno dignemo k Bogu.

6. vježba: Potraži u molitveniku molitve i pjesme koje su prikladne za jutarnju molitvu.

Ovo tri vrste jutarnje molitve mogu se moliti na dva načina Možemo ih izgovarati ili samo srcem moliti, a da ne upotrebljavamo usta. Prvi način je u s m e n a

a drugi n u t a r n j a molitva.

2. Vanjsko držanje kod jutarnje molitve.

Nekoji mole svoju jutarnju molitvu dok još leže u postelji. To možemo samo u nuždi - bolesti ili teškoj zaproki -. Bolje molimo ako i tijelom iskazujemo Gospodinu Bogu počitanje. Zapamti radi toga slijedeća pravila:

a) Moli jutarnju molitvu pošto si se već umio i obukao.

b) Traži prikladno mjesto za pobožnu molitvu, najbolje ispred križa, svete sliko, uz krevet ili prozor, sa pogledom k nebu ili u smjeru župsko crkve.

c) Klekni i sklopi ruke. Katkad, recimo nedjeljom, možeš i stojećki moliti.

d) Ako spavaš zajedno s drugima koji te kod molitve smetaju onda je bolje da moliš u krevetu. I na putu, dok ideš na rad, možeš moliti. Ako te put vodi pokraj crkve, možeš i tamo obaviti svoju jutarnju molitvu.

e) A u krevetu, kad se probudimo, recimo Bogu svoj prvi pozdrav, npr.: "Evo me, Gospodine!" - "Sve za Tebe, Bože moj!" Lijepo je ako se onda prokrižiš sa blagoslovljenom vodom.

7. vježba: Provodi ova pravila. Ako ih dosada nisi obdržavao, traži mjesto i priliku gdje možeš ujutro već obučen pobožno s Bogom govoriti.

II

VEČERNJA MOLITVA

Za večernju molitvu vrijede ista pravila koja i za jutarnju. Paziti moramo na slijedeće:

1. Moli večernju molitvu prije nego si se svukao. Tko mora svoju večernju molitvu moliti u krevetu, neka pazi da pri tom ne zaspe.

2. vježba: Odsada moli svaku večer prije nego si se svukao.

2. Ako navečer slobodno, tj. svojim riječima molimo, najprije ćemo reći Bogu da sad dolazimo k njemu i želimo s njime još jedanput govoriti. Zatim ćemo pitati Boga što mu se u ovaj dan na nama svidjelo, a što nije. Da bi to spoznali, pustimo da nam još jednom čitavi dan prodje

pred očima i promislimo što je Gospodinu Bogu bilo na nama ugodno, a što ne. Za dobro mu zahvalimo, a za pogreške molimo oproštenje. Ništa grešnoga ne smije ostati između nas i Boga. Zatim se punim pouzdanjem predajmo u njegove ruke i molimo ga za sve ljude, a osobito za one koji su nam blizu, ili koji su potrebni naše molitve. Na koncu govorimo s Marijom, svojim andjelom čuvarom i svecima. Tada možemo izmoliti još koju molitvu napamet.

9. vježba: Zapiši tim redom lijepu večernju molitvu vlastitim rijećima.

3. Kad si se svukao i legao u krevet, neka tvoje zadnje misli budu uz Boga, njegove milo sveco ili uz tvoga andjela čuvara

lo. vježba: Izvrši slijedeću odluku, da svaku večer prije nego zaspiš tvoje zadnje misli borave kod Boga!

Pouka o molitvi. Iz jutarnje i večernje molitve učimo da ima različitih načina molitve:

1. Molitva je slobodna, tj. izgovarana svojim riječima, ili oblikovana, tj. prema već gotovim obrascima.
2. Oblikovanom (formuliranom) molitvom molimo ili napamet ili iz molitvenika.
3. Molitva je samo unutarnja kad kod toga ne mičemo usnama, ili usmena kad molimo ustima i srcem zajedno.
4. Kod svake je molitve važno da i s tijelom odajemo Bogu poštovanje i čast.

Naravno, možemo i inače podignuti svoj duh Bogu jer u svakoj životnoj prilici možemo s njim govoriti.

III

MOLITVA KOD STOLA

Kod ručka i večere najočitije vidimo da živimo od Božjih dobročinstava. Ta Bog nam poklanja jelo! Zato mu zahvalimo i molimo njegov blagoslov. Svaka kršćanska obitelj neka zajednički moli prije i poslije jela. Molitvu neka s v i izgovaraju, ili j e d a n predmoli. Najbolje je da predmoli otac obitelji. I molitva kod stola ne smije biti samo nešto izvanjsko, nego molitva srca.

11. vježba: Kod stola moli pobožno s drugima. Misli na riječi koje izgovaraš.

12. vježba: Ako se u tvojoj obitelji ne moli, reci jednput roditeljima, da i vi možete moliti. Ili reci na primjer na svoj rodjendan: "Danas ću vam ja nešto predmoliti". Ili, zatraži kao božićni dar da svaki dan molite kod stola. Isus te treba kao apostola. Ako tvoju želju ne ispune, onda se prokriži i moli sam. Ako te kod toga smetaju, nemoj to pokazivati i moli tiho.

13. vježba: Traži i nauči jednu ili više molitava kod stola.

Pouka o molitvi: Molitva kod stola nam pokazuje da ima osobnih i zajedničkih molitava. Ne samo pojedinac,

nego i obitelji i zajednica pripadaju Bogu. Zato ga zajednički moraju častiti. Za zajedničku molitvu vrijede Isusove riječi: "Gdje su dvojica ili trojica sabrani u moje ime, ondje sam i ja medju njima!" Ljudi koji se mole, moraju se ljubiti i jedan drugome opraštati

IV

SABRANOST

Tko dobro moli taj ne izgovara samo riječi, nego misli na to da je Bog prisutan i da ga vidi i čuje.

Da možemo Boga bolje osjetiti srcem, dobro je da se prije molitve saberemo i stavimo u njegovu prisutnost. To je vrlo jednostavno.

Kad smo klekli, pomislimo što

ćemo sada činiti i s kim ćemo govoriti. Smirit ćemo svoje srce i sve svoje misli upravimo k Bogu. Predstavimo sobi kako Bog na nas gleda s velikom ljubavlju, kako nas čuje i čeka na našu molitvu. Tako, živo pomislimo na Boga koji je prisutan; istom tada počnimo Bogu govoriti. Tako molitva postaje mnogo pobožnija.

14. vježba: Kod svake jutarnje i večernje molitve neću odmah početi moliti, nego ću se najprije sabrati i staviti u prisutnost Božju.

15. vježba: Ako mi to dobro uspije, katkada ću se i proko dana staviti u prisutnost Božju: kodu kuće, na ulici, ili gdje već jesam.

V

PREKO DANA

1. Kršćanin s Bogom provodi svoj dan. Tko putuje s dragim mu čovjekom, rado razgovara sa svojim pratiocem o tome što obojica dožive ili vide. Žele li krenuti drugim putem ili počinuti, tada se zajednički o tome dogovore. U tihim večernjim satima katkada pričaju o onom što osjećaju u dubini svoje duše.

Tako kršćanin provodi svoj život i svoje dane s Bogom. Naravno, da on Bogu govori što vidi i doživi. Činimo to rado? Jesmo li pred kojom odlukom ili novom zadaćom, pitajmo Boga za savjet što je najbolje i što on od nas hoće. U tihoj uri otkrijmo mu cijelo svoje srce i povjerimo mu sve što osjećamo.

16. vježba: Vježbaj se još danas češće ove misli: Bog ide sa mnom. Ili: Isus me prati.

2. Kad govorimo proko dana s Bogom, najlakše je upotrebljavati posve kratke molitvice. Ove molitve su kao uzdasi duše, ili kao pogled ljubavi k Bogu.

3. Prilike kod kojih se može govoriti s Bogom i kako se to čini.

a) Ima životnih prilika kod kojih ne smijemo propustiti a da Bogu bar ukratko nešto ne rečemo. Na p o č e t k u r a d a može se reći Bogu: "Sve za Tebe!" Kod velikog v e s e l j a: "Gospodine, hvala Ti na tom!" Ili: "Gospodine Bože, kako je to lijepo!" Ako moramo nešto izabrati ili se na nešto

o d l u č i t i: "Gospodino, pomozi mi da pogodim!" U n a p a s t i: "Moj Isuse, budi mi u pomoći!" U n e v o l j i ili p o g i b e l j i: "Bože moj, ja se ufam u Te!"

b) Mnoge stvari što ih vidimo sjećaju nas Boga. Prolazimo li uz crkvu ili uz križ, onda pozdravimo Spasitelja. Pokraj rascvjetane livada: "Moj Bože, kako je lijep Tvoj svijet!" Kod izlaza sunca: "Kriste, Ti si moje Sunce!" Kad vidiš sprovod: "Gospodine, daj dušama pokojnika vječni mir!" Ispred bolnice se može reći: "Daj onima koji pate strpljenje i zdravlje!" Ili: "Isuse prijatelju bolesnih smiluj im se!" Ispred škole: "Gospodine daj da budemo svi Tvoja djeca!" U veledgradskoj vrevi: "Pomozi da Te lju-

di ne zaborave!" Ispred dućana: "Daj bogatima i siromasima svoju ljubav!" Ili: "Očuvaj bogate lakomosti, a siromahe od zavisti!" Kod nogometa: "Sve Tebi na čast!" U svakoj togobnoj prilici: "Moj Isuse što želiš sada od mene?"

U ovakvom načinu molitve moramo se vježbati. S vremenom dodje lako čovjeku na pamet kod svih mogućih prilika što treba reći Bogu.

17. vježba: Misli češće preko dana na Boga usred rada i kod igre i pozdravi ga.

18. vježba: Na svom putu u školu traži priliku kod koje možeš lako misliti na Boga.

19. vježba: Koju molitvicu možeš reći u slijedećim prilikama:

a) kad prolaziš uz grobljo;

b) kad čuješ ljude psovati;
c) ako vidiš majku s djetetom;
d) ako prolaziš mimo zatvora;
e) na početku školskog rada;
f) ako se u tobi pobudjuje mržnja i osveta;
g) Ispred Marijine slike;
h) ako se druga djeca svadjaju;
i) ako vidiš sijača na njivi;
j) kad želiš nekome iskazati ljubav;
k) ako tvoj drug nastrada i brzo će umrijeti, što bi mu predmolio?
l) kad se izjutra probudiš;
m) uvečer prije nego zaspiš.

2o. vježba: Podji sam na šetnju i kod svega što vidiš kušaj Bogu nešto reći.

4. Riječi koje su uvijek zgodne za molitvu. Kršćanin rado šalje kratku molitvu iz svog srca Bogu, makar i ne bilo vanjskog povoda za to. U tu svrhu uzmimo rado molitvice koje uvijek pristaju. Takve su npr.: "Sve za Tebe, Bože moj!" "Isuse, mislim na Tebe!" - "Isuse, ja Te ljubim!" - "Bog moj i sve moje!" - "Isuse, Sine Božji, smiluj nam se!" Mnogo druge molitvice možemo sami sastaviti. I svaku prošnju Očenaša možemo tako upotrijebiti.

21. vježba: Napiši druge molitvice koje možemo u svako vrijeme reći Bogu!

5. Molitva koja se opetuje. Ako želimo rado moliti, ali više ne znamo što bismo Bogu rekli, onda

je najbolje da ponavljamo uvijek iste kratke molitvice. Ako su lijepe, možemo u njih izliti cijelo svoje srce i vrlo često ih opetovati. Npr.: "Raspeti Spasitelju, smiluj mi se!" - "Gospodine, uči me moliti!" - "Sve Tebi za ljubav!" - "Veliki Bože, mi Te hvalimo" - "Isuse, Tebi živim, Isuse, Tebi umirem, Isuse Tvoj sam živ i mrtav!" - "Dodji Duše Sveti!" - "Kao jelen za svježim izvorom, tako duša moja žedja za Tobom, o Bože!"

22. vježba: Potraži molitvice koje ti se svidjaju za opetovanje.

23. vježba: Idi u crkvu i vježbaj se u opetovanju molitava.

24. vježba: Opetuj takvu molitvu kad si sam kod kuće.

25. vježba: Vježbaj se u molit-

vi koja se opotuje, kad ideš sam putem.

Pouka o molitvi: Nalo molitve zovemo i strelovite molitve ili uzdasi. Pomažu nam Isusov nalog izvršiti da uvijek molimo i nikad ne klonemo duhom (Lk 18,1) Sveti Pavao Piše: "Svakom molitvom i prošnjom molite se u svako vrijeme Duhu!" (Ef 6,18).

VI

SAM U CRKVI

Osobito je lako moliti u crkvi. Tu nas ništa ne smeta. Sve je tako tiho i pobožno, a blizina Božja dira naše srce. U crkvi se može moliti na mnogo načine:

1. Mislimo na nebeskoga Oca što mu ispričajmo sve što smo u zadnje vrijeme doživjeli ili što imamo u srcu.
2. Govorimo s Isusom u tabernakulu.
3. Mislimo na ono što smo čuli na satu vjeronauka o Isusu, npr. kako je blagoslivljao djecu. Predstavimo sve točno kako je bilo i zatim govorimo o tom s Isusom.
4. U crkvi idimo od sveca do sveca. Glodaj na sliku ili kip i moli što je zgodno.
5. Molimo križni put
6. Uzmimo sobom molitvenik i molimo iz njega što nam se svidja
7. Molimo dio krunice.

26. vježba: Idi sam u crkvu. Posvo se smiri u srcu. Zatim pričaj Bogu o svom životu, o ocu i majci, o drugoj Božjoj djeci, o grešnicima koji ljube zlo,

o svojim vlastitim grijesima, o svojoj želji da ljubiš Boga. Govori s Njime kao s najboljim Ocem.

27. vježba: Idi sam u crkvu i razmišljaj koju biblijsku prispodobu ili zgodu. Npr. : Isus kod umnožavanja kruha. Predstavi točno kako je bilo: ravnica sva obrasla travom, mnoštvo ljudi, Isus na kamenoj uzvisini. Čuješ gdje pita apostole kako bi nahranio ljude. Dovode mu dječaka s pet hljebova i dvije ribe. Sada misli da bi i ti sam smio donijeti Isusu ovaj kruh. Dolaziš Mu sve bliže. Sad To pogledao i ti smiješ stati uz Njega dok u molitvi zahvaljuje Ocu. Misli zatim kako apostoli uzimlju

kruh iz košare i ona ostaho prazna. - Vidiš preko 5ooo ljudi kako primaju jelo i kako hoće Isusa učiniti kraljem. - Kad si sve to točno predstavio i promotrio, tada govori s Isusom i apostolima o tom što si promatrao.

28. vježba: Moli križni put sam bez molitvenika. Pogledaj uvijek sliku i onda s Isusom o tom govori.

29. vježba: Moli križni put iz molitvenika.

Pouka o molitvi- Kod nekih molitava nije glavna stvar govor, nego razmatranje. Gleda se na sliku ili se misli na neku biblijsku zgodu i razmišlja što nam Bog time želi reći. Zatim se o tom govori

s Bogom. Tako se zbiva kod 27. vježbe ili kod križnoga puta. I kod krunice gledajmo u duhu otajstva koja molimo, npr. Isusa koji se krvlju znoji. Može se razmišljati i o istinama naše svete vjere. Npr. o krštenju, smrti, nebu, itd... Takva molitva zove se razmatranje. To trebamo osobito njegovati jer se na takav način osobito približavamo Isusu.

VII

KOD NEDJELJNE MISE

Molitva je najsvetija kad su vjernici skupljeni kod nedjeljne sveto Mise. Tada naša molitva postaje službena i javna molitva Crkve, Krist moli s nama. On je Veliki Svećenik, a mi njegov narod.

On je glava, mi udovi. Tada ne molimo samo ustima i srcem, nego se s Njime prikazujemo u svetoj Žrtvi, primamo nebeski Kruh. Mi molimo i radimo kao udovi Crkve.

1. P r i p r a v a. Da možemo pravo učestvovati kod sv. Žrtve, potrebno je štošta činiti. Na vrijeme ustati, na vrijeme poći od kuće, ponijeti sa sobom molitvenik, naći se u crkvi prije početka svete Mise, prekrižiti se svetom vodom, naći mjesto s kojega se može vidjeti oltar, pokleknuti u klupu, u klupi se prekrižiti, u pjesmarici naći pjesmo, ne brbljati, u šutnji sjediti i čekati ili moliti iz molitvenika

2. S u d j e l o v a n j e.
Za vrijeme svete Mise moli ili pjevaj što svi mole ili pjevaju, ili,ako je čitava Misa tiha, onda moli iz molitvenika ili sam ili pobožno gl daj na oltar i kod toga govori s Bogom.

3. K o d z a j e d n i č k e svete Mise pridružimo se časnoj molitvi Crkve. Svatko od nas mora dobro znati odgovore kod svete Mise i moramo znati njihovo značenje. Mi moramo poznavati molitve Crkve i moliti ih svim srcem.

4. N a p r o p o v i j e d moraš tako paziti da što je najvažnije zapamtiš, kako bi mogao ispričati drugima.

5. Prije svoga Misu moramo p r o ž i v l j a v a t i u duši. Moramo učestvovati na pojedinim dijelovima Mise u skladu s njihovim značenjem. R onda, moramo se sjediniti sa Kristovom žrtvom i milost Njegovog svetog blagovanja primiti sa željnim srcem. Nastojmo, stoga, da kod svake svete Mise se i pričestimo. Tad će naša Misa biti potpuna i naše sjedinjenje s Kristom istinsko.

3o vježba: Napiši što treba činiti prije svete Mise

31 vježba: Budi slijedeće nedjelje 5 minuta prije sv. Mise na svom mjestu, otvori pjesme, budi miran i pobožno čekaj početak.

32. vježba: Napiši neku molitvu koja je zgodna za poslije

pretvorbe.

33. vježba Napiši koju pričesnu molitvu.

34. vježba: Vježbaj se u tome da paziš na smisao zajedničkih molitava i da ih tako izgovaraš, kao da svaku riječ zaista govoriš Bogu.

35. vježba: Nauči staroslovenske (latinske) odgovore i njihovo značenje.

36. vježba: Vježbaj se u tome da kod pjevanja crkvenih pjesama paziš na smisao riječi.

37. vježba: Slušaj propovijed slijedeće nedjelje tako da iz nje možeš ponoviti najvažnije. Zapamti tačno pojedine tačke. Pribavi misal i nauči iz njega pratiti svetu Misu!

Pouka o molitvi - Uz o s o b n u postoji i l i t u r g i j s k a molitva. To je zajednička molitva koja se upotrebljava po cijelome katoličkom svijetu kod službe Božje.

I s l u š a n j e p r o p o v i j e d i je vrsta molitve jer kod toga podižemo svoje srce Bogu i slušamo što će nam Bog reći po svećeniku.

Može se i p j e v a j u ć i m o l i t i. Melodija daje našem srcu polet i radost i budi u nama pobožnost.

D o d a t a k

Uzorak jutarnje molitve svojim riječima

Sveti Božo i predobri moj Oče! Novi dan je počeo. Ti mi ga poklanjaš kao dio moga života. Hvala Ti što ga smijem provesti.

Zahvaljujem Ti što Te spoznajem. Zahvaljujem Ti da si mi udijelio sve što treba za život. Ali najviše Ti hvala što uvijek i svuda na mene misliš i što me vazda ljubiš. To me veoma usrećuje. Zato Ti poklanjam ovaj dan sve svoje misli i djela, svoj govor i šutnju, sav svoj rad i sve svoje borbe, sve što me usrećuje i sve što mi je teško.

(Ovdje kratko pomisli što će ti sve donijeti današnji dan. Tako

već sada odluči kako ćeš se vladati po Božjoj volji u svim teškoćama i zahtjevima koji bi mogli doći. Zatim nastavi)

Pokaži mi danas što je pravo, a što nije, što je dobro, a što zlo, i daj da ne griješim. Vodi me da vršim volju Tvoju. Budi uz mene svojom milošću i daj da danas na Tebe. Pomozi mi da vjerno i nesmotano vršim sve ono što mi nalaže savjest. Udijeli mi snage u napasti. Čuvaj me od grijeha. Pomozi mi da se izvučem iz svake polovičnosti, lijenosti.

Odaj mi živu vjeru u Tvoju prisutnost, čvrsto pouzdanje u Tvoju vječnu nagradu i istinsku ljubav prema Tebi bez ikakvog straha i kolebanja. Jedino pouzdajem u Tebe nadam se da ću dan sprovesti na Tvoju slavu.

Marijo, moja draga Majko i Kraljice, budi i ti uz mene i uzmi me pod svoju močnu zaštitu. Sveti Mihovilo Arhandjelu, sveti Andjelo čuvaru, sveti moj zaštitniče i svi sveci Božji, molite za me. Amen.

Uzorak večernje molitve svojim riječima

Gospodine i Bože moj! Prošao je dan i nadolaz i noć. Evo dolazim k Tebi sa svojim današnjim djelima i da Ti sama sebe preporučim. A još prije daj da upoznam koliko je pred Tobom vrijedio moj dan.

(Sada prodji u duhu čitav dan od jutra do večeri i promisli što je bilo dobro, a što zlo, što lijepo, a što ružno, što je bilo pred Bogom pravo, a što ne!)

Gospodine moj, zahvaljujem Ti za sve što sam danas dobro učinio. S Tvojom pomoći mogao sam to učiniti jer bez Tebe ne možemo ništa. Ali štošta sam učinio krivo napola ili nikako...a medju ovim bilo je i grijeha. Priznajem, učinio sam krivo i zlo pred Tobom, svojim svetim Bogom. Ali molim Te, primi me opet. Ne ostavi ništa u mojem srcu što bi me rastavljalo od Tebe, ili što bi me priječilo da budem potpunoma Tvoj. Posve se povjeravam Tvojoj očinskoj brizi i ljubavi, Tvome milosrdju i Tvojoj predobroj promisli. Imam čvrstu volju da Ti kao Tvoje dijete vjerno služim.

Preporučujem Ti svoje roditelje,

braću i sestre, prijatelje i znance, sve svećenike i sve one kojima dugujem zahvalnost. - Prosvijetli sve koji lutaju, utješi sve koji su osamljeni, daj svima koji su napastovani jasnoću i snagu. Daj bolesnima strpljenje i ozdravljenje, utamničenima slobodu, slijepima istinu, grješnicima obraćenje i pravu pokoru.

Daj da svi živo sjedinjeni u pravoj ljubavi. Daj svima kršćanima živu vjeru, žar srca, revnost za Tvoje kraljevstvo i srčanost da Te posvuda priznavaju kao Tvoji učenici i da Te brane. A dušama pokojnika daj mir i svjetlost svoga blaženstva. - Oče, u Tebe se uzdam. Oče, Tebi se predajem, Oče, Tvoj sam. (Možeš izmoliti još Očenaš, zazvati Mariju, svete andjele i druge svece).

S a d r ž a j

Predgovor..... 3

I Jutarnja molitva..... 4

II Večernja molitva.....10

III Molitva kod stola.....13

IV Sabranost.....15

V Preko dana.....17

VI Sam u crkvi.....24

VII Kod nedjeljne Mise.....28

Dodatak.....34